

Rheinfelden
Baden



Schwimmkurse für jedes Alter

BÄDER RHEINFELDEN
BADEN



K1 | Wassergewöhnung

Kursziele

Die Angst vor dem Wasser abbauen, spielerisches Erlernen von sicheren, einfachen Bewegungen im Wasser, Tauchen, Springen und Gleiten und des Kraul- und Rückenbeinschlags

Alter

geeignet für Kinder von 4 - 6 Jahren

Voraussetzungen

Eine gute Motorik ist vorhanden, Sprache und Auffassungsgabe sind altersentsprechend ausgebildet

Weitere Infos

Stundenanzahl	12 Kursstunden
Kursdauer	60 Minuten
Teilnehmer	4-6
Kursgebühr	150,00 € pro Kind 110,00 € für Kinder in Rheinfelder Kitas
Kurstermine	Montag bis Freitag 13:00 - 14:00 Uhr



K2 | Anfängerkurs

Kursziele

Schrittweises Erlernen der Schwimmfähigkeit und des Kraul- und Rückenschwimmens

Alter

geeignet für Kinder von 5 - 7 Jahren

Voraussetzungen

K1 Kurs erfolgreich abgeschlossen oder das Gleiten in Bauch- und Rückenlage, sowie der Kraul- und Rückenbeinschlag wird beherrscht

Weitere Infos

Stundenanzahl	12 Kursstunden
Kursdauer	60 Minuten
Teilnehmer	4-6
Kursgebühr	150,00 € pro Kind 110,00 € für Kinder in Rheinfelder Kitas und Schulen
Kurstermine	Montag bis Freitag 14:00 - 15:00 Uhr



K3 | Technikkurs

Kursziele

Optimierung des Kraulschwimmens und Erlernen der regelmäßigen, rhythmischen Atmung und des Brustschwimmens

Alter

geeignet ab 7 Jahren

Voraussetzungen

K2-Kurs erfolgreich abgeschlossen, oder das Kraul- und Rückenschwimmen wird beherrscht

Weitere Infos

Stundenanzahl	12 Kursstunden
Kursdauer	60 Minuten
Teilnehmer	4-6
Kursgebühr	150,00 € pro Teilnehmer Einzelunterricht auf Anfrage
Kurstermine	Montag bis Freitag 15:00 - 16:00 Uhr



K4 | Aquafit-Kurs

Kursziele

Spaß im Wasser, gelenkschonendes Cardio-Training

Alter

Ab 18 Jahren

Voraussetzungen

Jeder Teilnehmer muss schwimmen können

Weitere Infos

Stundenanzahl	15 Kursstunden
Kursdauer	60 Minuten
Teilnehmer	10-20
Kursgebühr	110,00 €
Kurstermine	Donnerstag 16:00 - 17:00 Uhr

In 3 Schritten zur richtigen Schwimmtechnik

1. Wassergewöhnung

(4 - 6 Jahre)

1

2. Anfängerkurse

(5 - 7 Jahre)

2

3. Technikkurse

(7 Jahre+++)

3

Anmeldung zu den Kursen

Telefon 07623 3935

E-Mail schwimmkurs@rheinfeld-baden.de

Kontakt

Bäder Rheinfeld (Baden)

Freibad

Eichbergstraße 57

Telefon 07623 3935

schwimmkurs@rheinfeld-baden.de

www.rheinfeld.de/baeder